



pilates

pilates KNU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2024/4/15

2024/5/1~2024/5/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)
10:30	10:30~11:30 Pilates Barre momo.O	10:30~11:30 Back&Arm miyu	10:30~11:30 Basic ♪ Rio	10:30~11:30 Reset Flow (members only) rina	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miyu	close	10:30~11:30 Waist miyu	10:30~11:30 Body Balance (members only) Rei
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ miyu	12:00~13:00 Stretch&Conditioning miyu	12:00~13:00 Jump to Burn momo.O	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.M	12:00~13:00 Shape up Waist (members only) momo.O		12:00~13:00 Animal Stretch (members only) momo.O	12:00~13:00 Back&Arm miyu
13:30	13:30~14:30 Shape up Waist (members only) momo.O	13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.M	13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.M	13:30~14:30 Animal Stretch (members only) momo.O	13:30~14:30 Pilates Barre azusa		13:30~14:30 Back&Arm miyu	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Rei
14:30			15:00~16:00 Hip Punch (members only) Sakura	15:00~16:00 Body Balance (members only) rina	15:00~16:00 Power up Control (members only) momo.O			
			16:30~17:30 Waist momo.O	16:30~17:30 Pilates Barre momo.O	16:30~17:30 Back&Arm miyu			
17:30	17:30~18:30 Release&Strength Rio	17:30~18:30 Basic ♪ Sakura.M	18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.M	18:00~19:00 Basic ♪ Sakura.M	18:00~19:00 Hip&Leg azusa		17:30~18:30 Pilates Cardio On	17:30~18:30 Pilates Barre momo.O
19:00	19:00~20:00 Waist miyu	19:00~20:00 Hip&Leg pure	19:30~20:30 Release&Strength momo.O	19:30~20:30 Basic ♪ Sakura.M			19:00~20:00 Basic ♪ Sakura.M	19:00~20:00 Release&Strength momo.O
20:30	20:30~21:30 Advance (members only) Rio	20:30~21:30 Pilates Workout (members only) pure		19:30~20:30 Waist momo.O			20:30~21:30 Hip&Leg On	20:30~21:30 Basic ♪ Sakura.M
21:30								

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)
10:30	10:30~11:30 Pilates Barre Rei	10:30~11:30 Hip&Leg Rei	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miyu	10:30~11:30 Waist miyu	close	10:30~11:30 Basic ♪ Rei	10:30~11:30 Back&Arm Sakura.M
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.M	12:00~13:00 Back&Arm miyu	12:00~13:00 Hip Punch (members only) Rei	12:00~13:00 Advance (members only) Rei		12:00~13:00 Power up Control (members only) momo.O	12:00~13:00 Waist miyu
13:30	13:30~14:30 Back&Spine (members only) Rei	13:30~14:30 Body Balance (members only) Rei	13:30~14:30 Basic ♪ Ai	13:30~14:30 Back&Arm miyu		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Rei	13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.M
14:30			15:00~16:00 Waist miyu	15:00~16:00 Basic Sakura.M			
			16:30~17:30 Basic Sakura.M	16:30~17:30 Jump to Burn Rei			
17:30	17:30~18:30 Advance (members only) Rio	17:30~18:30 Jump to Burn Key	18:00~19:00 Back&Spine (members only) Rei	18:00~19:00 Basic Sakura.M		17:30~18:30 Basic Sakura.M	17:30~18:30 Pilates Barre momo.O
19:00	19:00~20:00 Basic ♪ Sakura.M	19:00~20:00 Waist miyu	19:30~20:30 Basic ♪ Ai			19:00~20:00 Back&Arm miyu	19:00~20:00 Pilates Workout (members only) miyu
20:30	20:30~21:30 Release&Strength Rio	20:30~21:30 Power up Control (members only) Key				20:30~21:30 Waist miyu	20:30~21:30 Jump to Burn momo.O
21:30							

- ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 - ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 - ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

2024/5/16~2024/5/30

	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm miyu	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Back&Arm Sakura.M	close	10:30~11:30 Back&Arm miyu	10:30~11:30 Pilates Barre momo.O	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	
12:00	12:00~13:00 Waist miyu	12:00~13:00 Stretch&Conditioning miyu	12:00~13:00 Animal Stretch (members only) momo.O	12:00~13:00 Waist Ai		12:00~13:00 Basic ♪ 未定	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.M	12:00~13:00 Basic ♪ Sakura.M	12:00~13:00 Waist miyu
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Luca	13:30~14:30 Basic ♪ 未定	13:30~14:30 Power up Control (members only) momo.O	13:30~14:30 Stretch&Conditioning miyu		13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.M	13:30~14:30 Waist miyu	13:30~14:30 Animal Stretch (members only) momo.O	13:30~14:30 Basic ♪ 未定
14:30			15:00~16:00 Basic Sakura.M	15:00~16:00 Basic Sakura.M		16:30~17:30 Pilates Workout (members only) miyu			
17:30	17:30~18:30 Hip&Leg Luca	17:30~18:30 Waist miyu	16:30~17:30 Waist Ai	18:00~19:00 Basic ♪ Ai		17:30~18:30 Basic ♪ 未定	17:30~18:30 Stretch&Conditioning miyu	17:30~18:30 Stretch&Conditioning miyu	17:30~18:30 Jump to Burn momo.O
19:00	19:00~20:00 Back&Arm Sakura.M	19:00~20:00 Pilates Workout (members only) miyu	18:00~19:00 Back&Arm Sakura.M			19:00~20:00 Pilates Cardio Reona	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Waist miyu
20:30	20:30~21:30 Basic ♪ Sakura.M	20:30~21:30 Hip&Leg Luca	19:30~20:30 Basic ♪ Ai			20:30~21:30 Reset Flow (members only) Reona	20:30~21:30 Pilates Workout (members only) miyu	20:30~21:30 Pilates Workout (members only) miyu	20:30~21:30 Shape up Waist (members only) momo.O
21:30									

	5月24日(金)	5月25日(土)	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Sakura.M	10:30~11:30 Back&Arm Sakura.M	close	close	10:30~11:30 Basic ♪ Sakura.M	10:30~11:30 Pilates Cardio rina	10:30~11:30 Release&Strength momo.O	10:30~11:30 Back&Arm Sakura.M	
12:00	12:00~13:00 Power up Control (members only) momo.O	12:00~13:00 Basic ♪ 未定			12:00~13:00 Reset Flow (members only) Reona	12:00~13:00 Basic ♪ 未定	12:00~13:00 Basic ♪ 未定	12:00~13:00 Basic ♪ 未定	12:00~13:00 Pilates Barre momo.O
13:30	13:30~14:30 Basic ♪ Sakura.M	13:30~14:30 Back&Arm Sakura.M			13:30~14:30 Back&Arm Sakura.M	13:30~14:30 Reset Flow (members only) rina	13:30~14:30 Reset Flow (members only) rina	13:30~14:30 Shape up Waist (members only) momo.O	13:30~14:30 Basic Sakura.M
14:30		15:00~16:00 Waist miyu							
17:30	17:30~18:30 Body Balance (members only) yun	18:00~19:00 Pilates Workout (members only) miyu			17:30~18:30 Basic ♪ 未定	17:30~18:30 Release&Strength momo.O	17:30~18:30 Release&Strength momo.O	17:30~18:30 Back&Arm Sakura.M	17:30~18:30 Waist miyu
19:00	19:00~20:00 Pilates Barre momo.O	19:30~20:30 Stretch&Conditioning miyu			19:00~20:00 Back&Arm Sakura.M	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Basic ♪ 未定	19:00~20:00 Jump to Burn momo.O
20:30	20:30~21:30 Back&Spine (members only) yun				20:30~21:30 Basic ♪ 未定	20:30~21:30 Animal Stretch (members only) momo.O	20:30~21:30 Animal Stretch (members only) momo.O	20:30~21:30 Back&Arm Sakura.M	20:30~21:30 Basic ♪ miyu
21:30									

♪: 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）